

Памятка

«Синтетические наркотики. Опасно для окружающих!»

Уважаемые жители Лангепаса!

*Сегодня каждому человеку ВАЖНО ЗНАТЬ об опасности, которую могут представлять
для окружающих людей лица, находящиеся в состоянии наркотического опьянения,
после употребления синтетических наркотиков*

Человек, который употребил синтетические наркотики, может представлять опасность для окружающих людей.

У таких лиц возникают устрашающие галлюцинации, бред, сильнейшая тревога и чувство панического страха, которые могут привести к трагическим последствиям. В таком состоянии они не могут контролировать себя и адекватно оценивать окружающую обстановку. «Спасаясь» от мнимых «преследователей» они могут броситься под колеса автомобиля или выпрыгнуть из окна.

После употребления синтетических наркотиков человек может измениться даже внешне. Он ведет себя как дикое животное: кусается, царапается, может нанести серьезные ранения. Если вы будете пытаться задержать его или случайно привлечёте к себе внимание, то можете стать жертвой его безумия. Следует помнить, что перед вами не просто психически больной человек. Он в этот момент находится не в нашем мире, а в своей галлюцинации, где всё болезненно искажено, он сейчас опаснее голодного волка.

Потребитель синтетических наркотиков может причинить вред не только себе (самоубийство, вскрытие вен, выпрыгивание из окон многоэтажных домов, попытки перерезать себе горло), но и окружающим, даже незнакомым людям, которых он считает преследователями и врагами.

Человек в состоянии наркотического опьянения после употребления синтетических наркотиков способен напасть и убить любого, даже близкого родственника.

В России уже зафиксированы случаи убийства наркоманами своих близких, в том числе малолетних детей.

Внимание! Если Вы обнаружили лиц, предположительно находящихся под воздействием синтетических наркотиков, Вам необходимо, в первую очередь, сообщить в дежурную часть ОМВД России по г.Лангепасу **по телефону 02** (с мобильного **02***) и вызвать скорую медицинскую помощь **по телефону 03** (с мобильного **03***).

Просим Вас проявлять общественную активность и сообщать о лицах, незаконно потребляющих и распространяющих наркотики:

в городе Лангепасе:

2-57-30 (круглосуточно) – по телефону доверия ОМВД России по г. Лангепасу,

91-543 – в отдел по борьбе с незаконным оборотом наркотиков ОМВД России по г. Лангепасу.

в городе Нижневартовске:

8 (3466) 24-55-20 (круглосуточно) – в дежурную часть Нижневартовского межрайонного отдела Управления Федеральной службы России по контролю за оборотом наркотиков по ХМАО-Югре, либо по электронной почте по адресу: **kontrol@ugramail.ru**.

Ваше неравнодушие, своевременные и решительные действия помогут спасти чью-то жизнь и предотвратить преступление.

Давайте вместе сделаем жизнь в нашем городе безопасной для нас и наших близких!

Антинаркотическая комиссия города Лангепаса
Нижневартовский межрайонный отдел
Управления Федеральной службы РФ
по контролю за оборотом наркотиков по ХМАО-Югре
ОМВД России по г.Лангепасу

Памятка для родителей №1 **«Что такое наркотики?»**

Наркотики - это химические вещества синтетического или природного происхождения, способные вызвать изменения психического состояния или сознания.

Их систематическое применение приводит к устойчивой зависимости, что в итоге разрушает психическое и физическое здоровье, приводит к конфликту с обществом.

Памятка для родителей №2 **«Общие признаки и симптомы употребления наркотиков»**

Физиологические признаки употребления наркотиков ребенком:

Бледность кожи, расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза, замедленная, несвязная речь, потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи, хронический кашель, плохая координация движений (пошатывание или спотыкание).

Изменения в поведении ребенка:

- нарастающее безразличие ко всему, уход из дома и прогулы в школе по непонятным причинам;
- ухудшение памяти, трудности в концентрации внимания, бессонница, болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения, повышенная утомляемость, сменяемая повышенной энергичностью;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше человек был близок;
- постоянные просьбы дать денег, частые телефонные звонки, пропажа из дома вещей или появление в доме чужих краденых вещей;
- наличие инструментов для приготовления и переработки наркотиков (ножи, чашки, закопченные ложки, шприцы, сами наркотики или их следы);
- самоизоляция, уход от участия в семейных делах, непривычная лживость;
- неряшливый внешний вид: неопрятность, сухие волосы, отекающие кисти рук, длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки;
- явное стремление избегать встреч со старшими членами семьи, резкость и непочтительность в ответах на вопросы;
- скрытность, увеличение времени гуляний, уход из дома в то время, которое раньше проводил в семье;
- слишком поздно ложится спать, долго не встает, появляются прогулы (школьных занятий, работы);
- увеличиваются финансовые запросы, и человек активно ищет пути их удовлетворения вплоть до кражи денег из кошельков или ценных вещей из дома, появляются новые подозрительные друзья или поведение старых становится подозрительным, разговоры с друзьями ведутся шепотом или в уединении на жаргоне наркоманов.

Очевидные признаки употребления наркотиков ребенком. Родителям необходимо выявить такие признаки как можно раньше! К ним относятся:

- отношения с подростком в последнее время ухудшились, он стал более скрытным, вместо дома стал проводить время с новыми, незнакомыми «друзьями»;
- на теле ребенка появились следы от уколов по ходу вен, вены стали темного цвета;
- изменился цвет эмали на зубах (стал зеленый, коричневый);
- на теле появились порезы, ссадины;
- у ребенка появились бумажки, свернутые в трубочки;
- у ребенка появились маленькие ложечки, капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- у ребенка появились лекарства снотворного или успокаивающего действия;
- у ребенка появились папиросы или сигареты, в карманах одежды могут быть следы порошка или травы.

Памятка для родителей №3

«Как правильно подготовиться к беседе и поговорить с ребенком о наркотиках?»

Лучше, чтобы правду о наркотиках ребенок узнал от вас самих. Иначе ее «откроют» наркоманы- подростки с улицы. Они не только расхвалят наркотик, но еще и предложат его попробовать. Они пообещают райские наслаждения, об опасности, естественно, не предупредят.

Родителям лучше всего к этой беседе подготовиться заранее. Беседу нужно вести в дружеской манере, без нравоучений.

Для начала спросите, знает ли подросток, что такое наркотики. Если он сам расскажет о марихуане, героине, ЛСД, не падайте в обморок и не удивляйтесь, тем более не раздражайтесь. Поинтересуйтесь, откуда у него такая информация. Возможно, он узнал об этом из газет, журналов, телевидения, Интернета, от учителей или волонтеров в школе. А возможно, он знаком с наркоманами (дом, двор, секция)?

Спокойно продолжайте разговаривать, не забывая, что вы служите ребенку примером для подражания. От вашей реакции будет зависеть, сохранятся ли доверительные отношения у вас с ребенком. Выяснив, что именно знает Ваш ребенок о наркотиках, предложите ему подумать над следующими вопросами.

1. Наркотики стоят ужасно дорого, дневная доза - от 50 до 250 долларов. А новичкам их раздают бесплатно - почему? Почему начинающий получает их даром? Потому, что наркоманы за это получают деньги. И у человека иногда с первой дозы наркотика появляется привыкание. Пусть ребенок сам попытается найти правильный ответ. Если вам удастся посеять сомнение в его душе, вы на правильном пути. **Добавьте к этому, что заработать такие деньги честным путем невозможно - придется идти на преступление.**

2. Глупо отрицать, что поначалу наркотики доставляют удовольствие. Только вот длится оно, самое большее, месяц. Потом организм перестраивается так, что допинг требуется ему регулярно. А удовольствия это уже не доставляет. Это и есть настоящая зависимость. Можете сказать ребенку: **«Не делай себе слишком хорошо, чтобы потом не было так же плохо!»**

3. Обратите внимание ребенка на такую опасность. Дозу начинающий наркоман может достать только у того, кто познакомил его с наркотиками. Скорее всего, это его сверстник. Здесь подстерегает еще одна опасность. У мелкого продавца товар, как правило, некачественный. Чтобы заработать больше денег, он смешивает наркотик с каким-либо другим веществом. Хорошо, если продавец добавил сахарную пудру или крахмал. А если наркотик будет смешан каким-либо ядовитым веществом? Иногда используются при изготовлении наркотиков в домашних условиях такие вещества как: хлорная известь, марганец, нашатырный спирт. Не скрывайте от вашего ребенка, что многие ребята погибают вовсе не от наркотика, а от указанных токсичных примесей. Они и не подозревают, что покупают зелье с токсичными добавками.

4. Надо рассказать ребенку о том, как легко стать жертвой вора-наркомана. Часто наркоман усердно набивается в гости к новым друзьям. Старается собрать вокруг себя большую компанию. Пока ребята развлекаются, он снимает копии с ключей от входных дверей квартиры. А через несколько дней происходит серия квартирных краж без взлома. Для подростка Ваши слова наверняка станут откровением, потому что **детям даже не приходит в голову, что такое может случиться.**

5. Каждый наркоман приобщает к зелью за год от 5 до 17 новых жертв. Способов для этого много. Приходя в незнакомую компанию детей или подростков, он старается завоевать в ней доверие. Создает вокруг себя и наркотика романтический ореол. Расхваливает, обманывает, убеждает, что наркотик - показатель взрослости, что для его употребления необходимы смелость и мужество. А кайф-то какой! И предлагает попробовать каждому.

Подростки из солидарности, из желания подражать взрослым, из-за боязни показаться трусом или быть выброшенным из компании, соглашаются, даже не зная, что такое кайф.

ПОЭТОМУ ВАЖНО РОДИТЕЛЯМ НАУЧИТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА, КАК ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЗНАКОМСТВА С НАРКОТИКОМ!

При этом, нужно учитывать особенности характера своего ребенка и подойти к этому сугубо индивидуально. Например, можно сказать так: «Ты потеряешь свою спортивную форму. Не сможешь хорошо учиться. Заболеешь и будешь мучиться».

Взросление подростка заключается в умении противостоять многим ловушкам, провокациям, стрессовым ситуациям, в способности принимать ответственные решения и уметь отвечать за свои ошибки. Молодой человек должен знать, что ОН САМ НЕСЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ВСЕ СВОИ РЕШЕНИЯ И ОТВЕЧАЕТ ЗА ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ.

Памятка для родителей №4 **«Болезнь можно остановить!»**

(как разговаривать с ребенком по предупреждению первой пробы наркотиков и если он уже начал употреблять наркотики)

Наркомания возникает не сразу. Она развивается в течение одного-трех месяцев. В это время подросток еще не ежедневно принимает наркотики, и если родители это вовремя заметили и обратились за помощью, болезнь можно будет остановить.

Если подросток ничего не знает о наркотиках («чистый лист»)

Нужно подготовить ребенка, донести до него информацию о вреде наркотиков на конкретных примерах. Предупредить о «ловушках» и провокациях наркодельцов и критическом отношении к экспериментам с наркотиками. Научить подростка говорить «НЕТ!» наркотикам (об этом подробно см. в памятке №3).

При попытке экспериментировать с наркотиками

Как правило, если ребенок только начал экспериментировать с наркотиками, бывает достаточно одной беседы. Ни в коем случае нельзя использовать тактику запугивания, пытаться силой заставить подростка изменить свои взгляды! Так Вы получите только скрытность и недоверие. После этой беседы не выпускайте ребенка из поля своего зрения. Усиьте контроль за его поведением. Улучшите контакт с ребенком, убедитесь, остановите ребенка, выявите продавцов наркотиков. Постарайтесь понять недостатки личности Вашего ребенка и работайте над ними совместно.

Подросток продолжает употреблять наркотики

Если ваша беседа не произвела должного результата, и Ваш ребенок продолжает употреблять наркотики, скорее всего, ситуация намного серьезнее. Не исключено, что экспериментальный период закончился и Ваш ребенок уже болен. В этой ситуации Вы должны проявлять хладнокровие, последовательность и жесткость. **Помните, что игра в «друзей» только продлевает агонию!**

Бейте тревогу. Должен быть строжайший контроль его контактов со сверстниками: дома, во дворе, по телефону. Что принес? Что говорит? Какие новые слова появились в лексиконе? Должен быть категорический запрет на употребление наркотиков. Изолируйте его от друзей-наркоманов, поставщиков этого зелья.

Необходима медицинская помощь, консультация специалистов: нарколога, психолога, психотерапевта.

А что делать родителям, если подросток употребляет наркотики уже год и более?

Главная ошибка родителей наркомана – скрыть свою беду от знакомых, родных, друзей. Как результат - они остаются со своей проблемой один на один.

В такой ситуации еще более важно вести себя правильно и следовать следующим рекомендациям:

Обязательно расскажите о случившемся своим близким. Если они будут в неведении, он легко обманом выманит у них деньги на наркотик. Кроме того, он будет оценивать ваше молчание как согласие мириться с его пристрастием.

Сразу обратитесь и за консультацией к наркологу. Это ничем не грозит Вашему ребенку, так как помощь сейчас анонимна. Помните, что принимать решение Вам самим, но чтобы это решение было

правильным, Вы должны принимать его полностью информированными, чувствуя поддержку Вашим усилиям. Вы уже не будете одиноки в постигшей Вас страшной беде.

Еще одно совершенно бесполезное для Вас чувство - вина за случившееся. Самобичевание никогда не решит проблемы Вашего ребенка! Вам не удастся прожить за него его жизнь, исправить совершенные им ошибки. Даже если Вы обнаружите причины его болезни в недостатках Вашего метода воспитания, само по себе «переживание» и обсуждение Вами этих фактов не приведет к излечению Вашего ребенка. **Гораздо важнее работать с психотерапевтом над тем, что происходит с Вашим ребенком в данный момент. Это намного полезнее и для него и для Вас!**

Когда Ваш ребенок потребляет наркотики систематически, если появились признаки «ломки».

Необходимо лечение у нарколога. Обращайтесь к специалистам как можно раньше. Лечение будет более эффективным, пока есть еще сила воли и желание сопротивляться. После лечения необходим строгий контроль, смена места учебы, жительства.

Памятка для родителей №5 **«ЧТОБЫ НЕ СЛУЧИЛАСЬ БЕДА»**

1. Будьте в курсе того, куда и когда идет Ваш ребенок, что он делает. Контролируйте его возвращение домой. Пусть он оставит телефон, по которому его можно будет найти. Это дисциплинирует ребенка.

2. Познакомьтесь с родителями друзей Вашего ребенка. Если он идет на день рождения или на другой праздник, убедитесь, что в доме будут взрослые.

3. Поощряйте встречи друзей ребенка в Вашем доме. Постоянно интересуйтесь, чем они занимаются в Ваше отсутствие.

4. Поддерживайте Вашу дружбу с теми детьми, которые являются положительным примером в жизни.

5. Как можно больше времени уделяйте своему ребенку. Станьте ему другом.

6. Поощряйте контакты Вашего ребенка с родственниками, соседями, знакомыми, которые положительно влияют на ребенка. Научите его обращаться за помощью к этим людям.

7. Пусть ребенок и его друзья участвуют в Ваших разговорах с другими взрослыми, пришедшими к Вам в гости.

8. Поддерживайте связи Вашего ребенка по интересам (музыка, искусство, спорт и т.д.) со взрослыми, которым Вы доверяете.

Чтобы вырастить волевою, целеустремленную личность, способную противостоять наркотикам, необходимо у Вашего ребенка выработать ряд качеств, а именно:

- 1) Способность преодолевать стрессы.
- 2) Уверенность, способность противостоять групповому давлению.
- 3) Умение управлять своим временем, понимание самого себя.
- 4) Способность строить отношения с другими людьми.